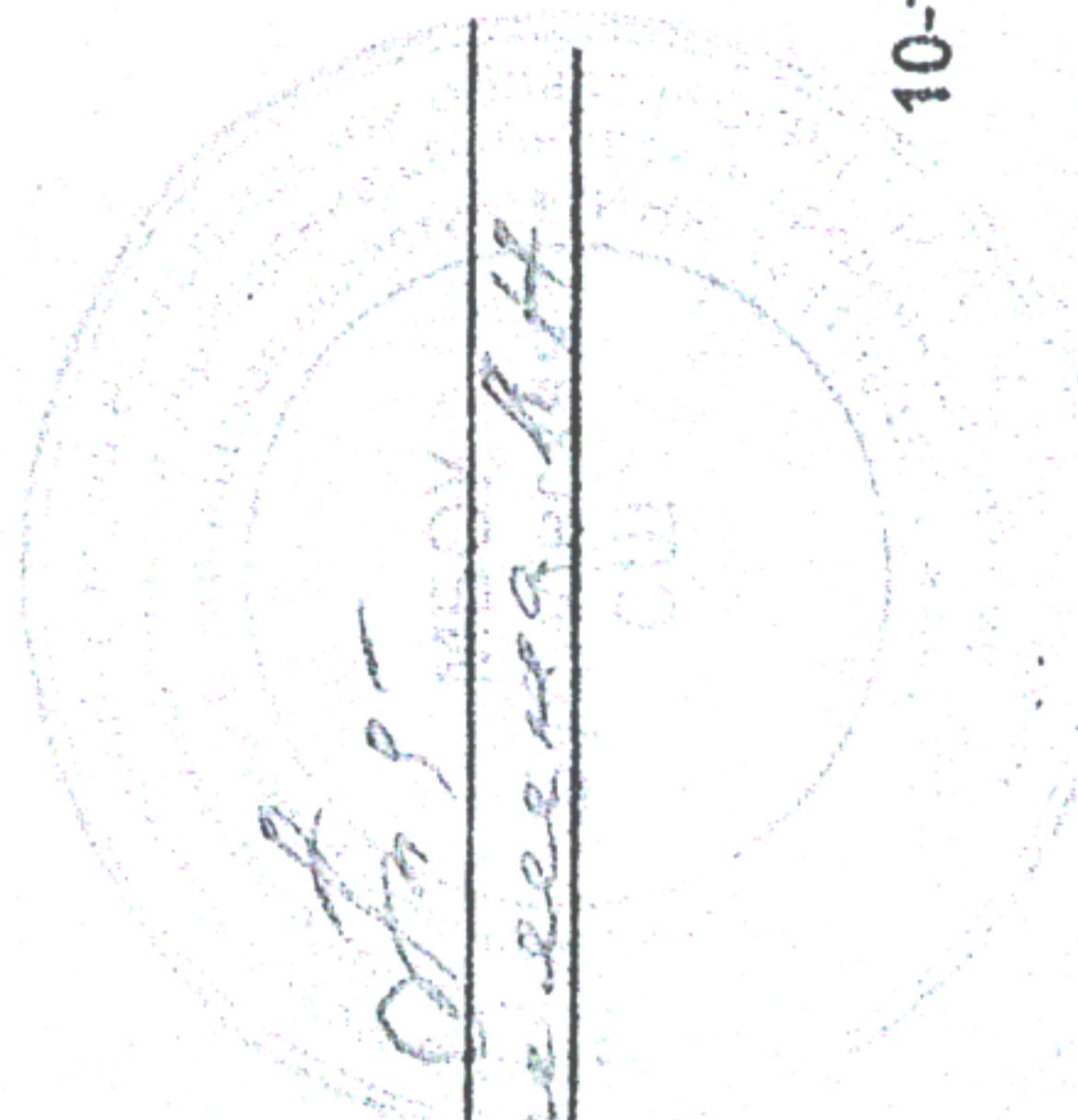
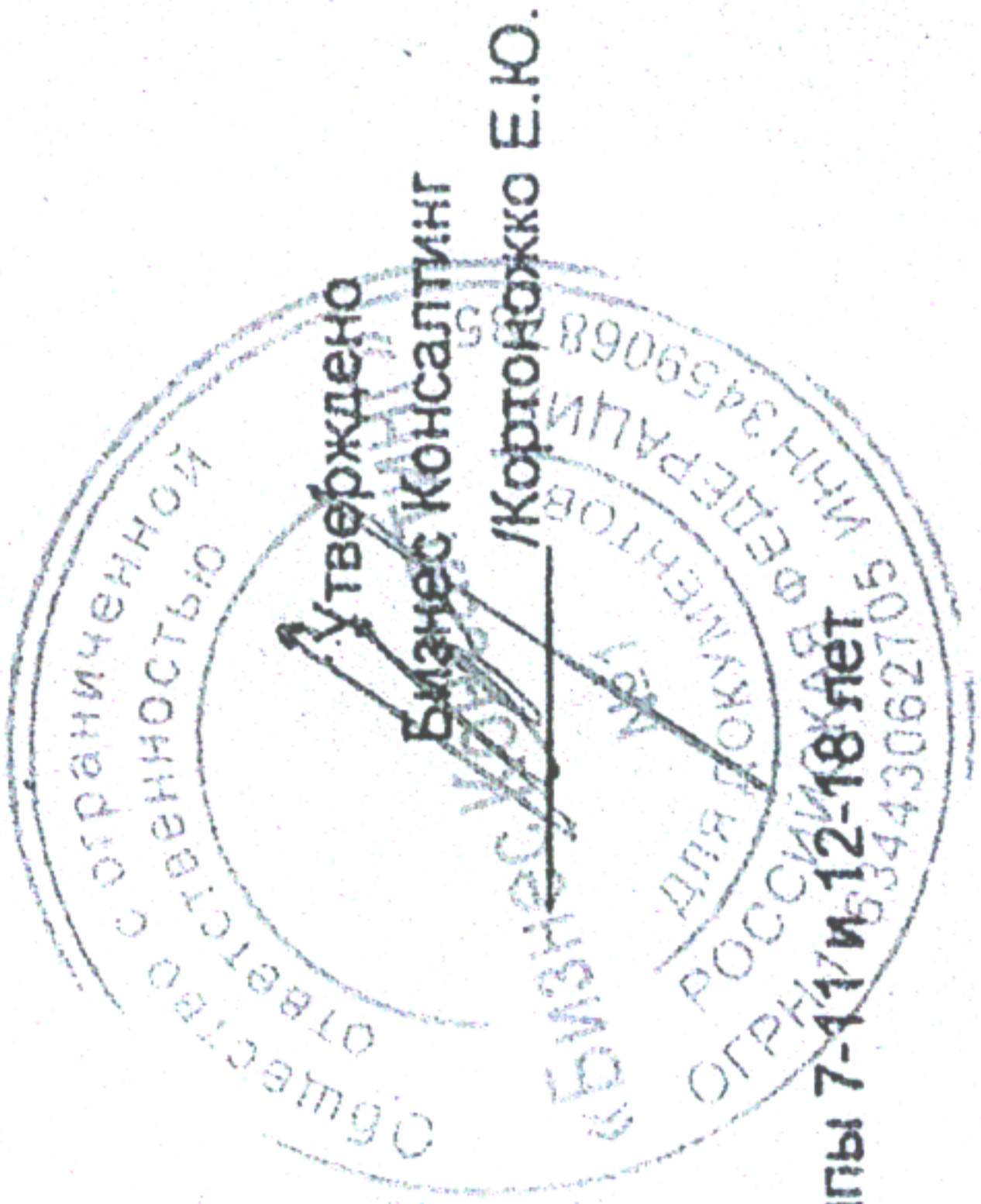


Согласовано:
 директор
Лариса Николаевна Таплина



05.12.2023



10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет

Наименование блюда	Цена руб		вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность		Витамины (мг)	
	блюдо	блюдо	7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет

Вариант 2

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности пищевых продуктов питания: Справочник.-М.: Делли Принт, 2008.-276с. Скуругин И.М., Тутельман В.А

Завтрак

101	консервы закусовые (икра кабачковая)	12	60	100	1,64	2,73	2,82	4,7	8,72	14,54	67	111	0	0
102	котлеты "Домашние" из п/ф высокой степени готовности	32	100	100	12,1	12,1	12,40	12,40	4,70	4,70	179,00	179,00	0,10	0,10
331	соус сметанный с томатом	3	20	20	0,3	0,3	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02	0,26	0,26
203	макаронны отварные с маслом	15	150	150	5,4	5,4	4,90	4,90	32,80	32,80	196,80	196,80	0,00	0,00
701	хлеб пшеничный	5,25	30	40	2,31	3,08	0,72	1,00	16,02	21,36	79,80	114,40	0,00	0,00
376	чай с сахаром	15	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60	0,3	0,3
	Итого	82,25	560	610	21,82	23,68	21,85	24,01	78,64	89,80	598,62	677,22	0,66	0,66
	Итого завтрака по СанПиН 20/09/2018-01 п. 5.6		500	560	15,4-19,23	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680		